



ça roule  chez les CTA

Parcours Semaine

**16**

15/4/2024

au :

21/4/2024

Rando Club Exterieur

Les départs ont lieu place Léontine Vibert

**Zen :** par : **Francoise Estival**

**lundi 15 /04** Départ: **13h30** **60 kms D+ 670**  
 Albertville, Cevins, Moutiers par nouvelle piste cyclable, retour par Esserts-blav, St Thomas

**mercredi 17 /04** Départ: **13h30** **70 kms 900 D+**  
 Albertville, Bonvillard, Bonvillaret, Aiguebelle, Chamoux, Ponturin, Bourgneuf, Pont Royal, V62

**samedi 20 /04** Départ: **13h30** **75 kms 1200 D+**  
 Ugine, St Ferréol, Serraval, col du Marais, retour Faverges, Tamié par les Combes, Cléry, Tournon

**Randocool :** par : **Lionel Guillaume**

**lundi 15 /04** Départ: **13:30 heures** **95 km & D+ 850**  
 pc Frontenex - St-Pierre - Montmélian - La Chapelle Blanche - La Rochette - Rotherens

**mercredi 17 /04** Départ: **13:30 heures** **98 km & D+ 600**  
 Sévrier - Tour du Lac - col de Bluffy - Talloires

**samedi 20 /04** Départ: **13:30 heures** **75 km & D+ 850**  
 pc Frontenex - St-Pierre - col du Frêne AR - Chateauneuf - Betton - Ponturin - Chamoux - Les 3 Berres

**Randonneurs** par : **Agnès Lesur**

**lundi 15 /04** Départ: **10:00 heures** **Dis: 120 km - D+: 1800 m**  
 Albertville, Moûtiers, Montagny, Champagny, Pralognan (AR), Brides, Moûtiers  
<https://www.openrunner.com/route-details/18724572>

**mercredi 17 /04** Départ: **13:30 heures** **Dis: 108 km - D+: 1600 m**  
 Tour des Bauges par St Eustache, col de Leschaux, Bellecombe en Bauges, col du Frêne, St Pierre  
<https://www.openrunner.com/route-details/18724692>

**samedi 20 /04** Départ: **13:30 heures** **Dis: 74 km - D+: 1360 m**  
 Aigueblanche, Navette, Grand Naves, Petit Coeur, Rognaix, St Paul, Esserts-Blav  
<https://www.openrunner.com/route-details/18724792>



**Costauds :** par : **Christian Allairat**

**lundi 15 /04**

Départ: **13:30 heures**

**100 km, 780 m D+**

Albertville, Aiton, Côte de Chamousset, Châteauneuf, La Baraterie, Montmélian, Lac de St André, Chapareillan, Montmélian, Coise, Albertville -

[le parcours est sur les itinéraires de mon compte Strava](#)

**mercredi 17 /04**

Départ: **13:30 heures**

**96 km, 1107 m D+**

Aiton, Chamoux, Montée des Prés Communaux, La Chapelle Blanche, SteHélène du Lac, Le Pognient, le Monnet, Châteauneuf, Miolanet, Grésy -

[le parcours est sur les itinéraires de mon compte Strava](#)

**samedi 20 /04**

Départ: **10:00 heures**

**142 km, 1920 m D+**

Cols des Essérieux, du Marais, Thônes, St Jean de Sixt, St Pierre en Faucigny, St Sixt, col des Fleuries, Thorens Glières, Villaz, col de Bluffy, Albertville -

[le parcours est sur les itinéraires de mon compte Strava](#)

**VTT : Contacter Michel Grange**

[mailto: micgrange@orange.fr](mailto:micgrange@orange.fr)

Tel: 06 86 52 71 60

Programme de la saison VTT sur le site des CTA :

<https://www.cyclosalbertvillois.com/en-savoir-plus/programme-des-sorties-hebdomadaires-136276>